

GAMBARAN SELF CARE PADA PENDERITA DIABETES MELLITUS DI PROLANIS PUSKESMAS KARTASURA

Fernanda Ayu Dentaningtyas¹, Ika Silvitasari²

ndaolcomel@gmail.com

Universitas ‘Aisyiyah Surakarta

ABSTRAK

Latar Belakang: *International Diabetes Federation* (IDF) tahun 2022 menyatakan bahwa Indonesia menempati peringkat ke lima untuk prevalensi penderita diabetes melitus tertinggi di dunia yaitu sebesar 19,47 juta. *Self care* memiliki peranan penting dalam meningkatkan kualitas hidup dan kesejahteraan penderita DM, jika dilakukan dengan rutin kadar gula darah akan berada dalam rentan normal sehingga tidak terjadi komplikasi DM. **Tujuan:** Untuk mengetahui gambaran *self care* pada penderita diabetes mellitus di prolanis Puskesmas Kartasura. **Metode:** Menggunakan deskriptif survey dengan analisis kuantitatif, dan teknik pengambilan sampel menggunakan metode purposive sampling. Instrumen penelitian menggunakan kuisioner Summary of Diabetes Self-Care Activities (SDSCA). **Hasil:** Hasil penelitian ini menunjukkan kategori *self care* baik 31 responden (49,2%) dan *self care* kurang 31 responden (50,8%). Hasil komponen *self care* DM yaitu pola makan 33 responden (54,1%) baik, latihan fisik 43 responden (70,5%) baik, perawatan kaki 31 responden (50,8%) kurang, minum obat 39 responden (63,9%) baik, dan monitoring gula darah 49 responden (80,3%) baik. Perilaku *self care* yang harus ditingkatkan adalah merencanakan dan mengikuti pola makan/diet, memeriksa kaki dan bagian dalam sepatu sebelum digunakan, menggunakan lotion/pelembab pada kaki. **Kesimpulan:** Perilaku *self care* pada penderita DM di prolanis Puskesmas Kartasura dalam kategori baik.

Kata kunci : Diabetes Mellitus, *Self Care*